



中医学虚実について

黄 懷龍

当資料の転載、複製、改変等は禁止いたします。

一、概 念

虚実証とは

虚実は主に正・邪の盛衰の状態を指す、虚証と実証は身体における正気と邪気の盛衰の状態を反映する症候である。

《素問・通評虚実論》には「邪気が盛んなれば即ち実し、精気が奪われれば即ち虚す」。



二、虚証

- 虚とは、正気の不足や臓腑機能の低下を指す。虚には気虚、血虚、陰虚、陽虚などに分けられ、これらは臓腑と密接な関係を持っており。
- 正気が不足すると、免疫力の低下や臓腑機能の減弱といった一連の病理現象が現れ、これらを「虚証」と総称する。

(1) 気虚証

臓腑の機能低下を表す症候である。

[臨床症状]

眩暈、少気懶言、話声が低微、疲労倦怠、自汗、活動時に諸症状がひどくなる、舌淡、脈が無力などがみられる。

気虚証の症状

症 状	症候分析
眩暈、目が絡む	気虚により頭目が滋養されない。
少気懶言、話声が低微、疲労倦怠	気虚による臓腑の機能減退、宗気不足。
自汗	気虚で衛気が不足し、腠理が緩んで汗が出る。
活動時に諸症状が悪化	動くと気を消耗する。
舌淡	気虚で血脈の運行が無力になり、舌が血の滋養を受けられない。
脈虚（無力）	血脈を運行する力が足りない。

(2) 陽虚証

臓腑の機能低下に加え、温煦機能の失調をきたした症候である。

[臨床症状]

気虚の諸症状＋寒がり手足が冷える、尿の色は透明で多尿、泥状便あるいは、尿量減少で浮腫がある、舌淡嫩、脈虚、沈、遅、微などの症候を示す。

陽虚証の症状

症 状	症候分析
寒がり手足が冷える	陽気不足により身体を温めることができない。
澄明で多尿、泥状便	陽気不足により水湿を温化できない。
尿量減少、浮腫	陽虚気化低下による水湿内停。
舌淡嫩	陽気不足による機能低下を表す。
脈虚、沈、遅、微など	血脈の運行が無気力で緩慢になる。

• (3) 血虚証

- 血の不足によって臓腑、経脈が滋養されないために生じる。全身衰弱を表す症候である。

• [臨床症状]

- 顔色が蒼白あるいは萎黄、唇や爪の色が薄い、眩暈、心悸、不眠、手足のしびれ、月経失調（過少月経、月経周期の遅れ、閉経）、舌淡白、脈細（無力）などの症候が現れる。

血虚証の症状

症 状	症候分析
顔色が蒼白い或は萎黄、唇や爪の色が薄い	血虚により肌膚が滋養されない。
眩暈	血虚により頭目が十分に滋養されない。
心悸、不眠	血が心神を滋養できず、心神不安を引き起こす。
手足のしびれ	血虚により筋脈が滋養されない。
月経失調	血の不足、衝任虚弱による。
脈細	血虚により血脈が充実させることができない。

• (4) 陰虚証

- 陰液不足によって生じる、全身或は臟腑に対する濡養、滋養作用の機能失調を表す症候である。陰虚で陰陽失調による虚熱が出る。
- [臨床症状]
- 体が瘦せる、眩暈、不眠、口や咽喉が乾燥する、盗汗、五心煩熱、潮熱、頬骨の辺りが赤い、尿の色が濃く、少尿、大便乾燥、舌紅、少苔（乾燥）、脈細数の症候が現れる。

陰虚証の症状

症 状	症候分析
身体が痩せる眩暈	陰虚による体が栄養されない。
不眠	陰虚による虚熱が心神を乱し、心神不安を引き起こす。
口や咽喉が乾燥する	津液不足により、口や咽喉が滋潤を失う。
盗汗	陰虚内熱による虚熱が津液を外に押し出す
五心煩熱、潮熱、頬骨の辺りが赤い	陰津液を損傷することによって、陰が陽を抑制できず、虚熱を生じる。
尿の色が濃く、少尿	津液不足による尿の化源不足である。
大便乾燥	津液不足のため大腸が滋潤を失う。
舌紅、少苔（乾燥）	陰虚内熱を表す。

三、実証

邪気が盛んで正気が衰弱していなく、邪正闘争が激しい病態を表す症候である。

- 邪気は外感六淫、または体内の病理的産物（瘀血、痰飲など）によっておこる病理的な状態を総称したものである。実証は感受した外邪の性質や瘀血、痰飲などによって現れる症状も異なる。

• [病因病機]

- (1) 六淫の邪が人体を侵襲する
- (2) 臓腑の機能失調→代謝障害→痰飲・水腫・食積などが体内に貯留

[臨床症状]

病邪の性質と病変部位によってさまざまな症状を呈する。ここでは、表実証（傷寒表実証）と裏実証の主な症状を示す。

表実証	裏実証
悪寒発熱、頭痛、無汗、舌苔薄白、脈浮緊	発熱、胸悶、腹部脹満、疼痛（拒按）、大便秘結、排尿困難、脈実

[治療]

治法：瀉実去邪

処方：実邪の種類及び臓腑病態によって

四、虚証と実証の関係

• (1) 虚実挟雑

虚証（正虚）と実証（邪実）が同時に存在する。

• [病因病機]

• 邪が取り除かれないうちに、正気が虚してしまふ。もともと正気が虚弱な体質の者が、新たに邪を感受する。

• 例：慢性腎炎では水湿の停留（邪実）による浮腫、尿量減少と陽虚（正虚）による腰がだるい、泥状便、寒がり手足が冷えるなどの症状が同時にみられる。

• (2) 実から虚に

- 本来は実証であるが、誤治失治により、病状が遷延して、邪気が体内に長く留まり正気を損傷することで、実証が虚証に転ずる。
- [病因病機]
- 病邪が盛ん、久病、治療が不適當な場合に発症する。
- 例：高熱、口渇、発汗、脈洪大などの実熱証の病人が、不適當な治療により病を長引かせ津液や気を損傷すると、虚証に転ずる。この時実熱症状は消失し、代わって顔面蒼白、大汗がしたたる、四肢厥冷、身体が痩せる、呼吸困難、陽気虚を主とする症状（陰虚、血虚を伴う）を発現する。

• (3) 虚から実

- 本来は虚証であるが、正気不足で外邪の侵入や代謝障害によって、気滞、痰飲、瘀血などを生じる。

• [病因病機]

- 正気不足により臓腑の機能が減退すると、津液の輸布や血の運行が失調するため、水湿、痰飲、瘀血などの病理的産物が体内に生じる。
- **例**：慢性の咳喘の場合、肺脾气虚により、疲労倦怠、活動すると気喘を生じる。舌淡などの症状がみられるほか、気虚によって肺脾のもつ津液代謝の機能が失調すると、痰飲（実邪）を生じる。この痰飲が肺に影響を及ぼすと、咳嗽、気喘、喀痰などの症状を更に引き起こす。このような場合は実証と呼ばず、本虚標実と呼ぶ。

• (4) 仮虚真実

- 疾病の本質が実証であるのに対し、虚証に似た仮象が出現する。
- [病因病機]
- 実邪が体内に阻滞するために気血の運行が失調し、仮虚証が出現する。
- 例：熱結胃腸により、痰食と熱が結して積聚を生じると、気血の運行が滞り、本来は実証なのに、気がふさいで黙りこくる、寒がり手足が冷たい、脈は沈遅あるいは伏など、虚証のような症状が現れることがある。しかし詳しく調べてみると、病人の声は高く大きく、呼吸も粗い。手足は冷たいが胸腹部は熱く、悪熱する。脈は沈取すると力強い脈象を示す。以上のほかに、腹部脹満（拒按）、大便秘結、苔灰黒（乾燥）などの兼証がみられる。この場合、疾病の本質は実証で、虚証は仮象である。

・仮虚真実

仮虚 (仮象)

気が塞ぎ黙りこくる
寒がり手足が冷たい
脈・沈遅又は伏

真実 (本質)

話をすれば高く大きい声
胸腹部は熱く、悪熱する
脈・沈かつ数で力強い

• (5) 仮実真虚・

- 疾病の本質が虚証であるのに対し、実証に似た仮象が現れる。
- [病因病機]
- 正気不足のため臓腑機能が失調し、虚の症状が見られる一方、実証に類似した症状（仮実）も見られる。
- 例：臓腑機能が不足すると、運化が無力になり、疲労倦怠、舌淡などの虚証がみられる一方、腹部脹満、腹痛、脈大など実証のような症状を呈することがある。しかし、詳しく観察すると、腹部の脹満感は時々軽減し、按えると痛みが和らぐ、脈は大きいが、沈取すると無力の脈を示す。

・仮実真虚

仮実 (仮象)

腹部脹満
腹痛・
脈浮大

真虚 (本質)

脹満感は時々軽減する
腹部を按ずると軽減する
沈取すると無力の脈

舌形の老嫩

老舌：舌面のきめが粗く、舌体が堅くしまった感じで色が濃く見える。

嫩舌：舌面のきめが細かくてしっとりとして若々しい、舌体ははれぼったくて軟らかく力無い様子。



老舌（実証）



嫩舌（虚証）

五、虚実と寒熱表裏の関係

• (1) 虚寒証と実寒証

- 虚寒証：陽気不足し温煦や気化機能低下が低下するために生じる寒の症候である。
- 実寒証：陰寒の邪気に犯され、体内の陰寒が盛大になり、陽気が損傷、抑制されるため、寒の症候が現れる。

• (2) 虚熱証と実熱証

- 虚熱証：陰虚内熱証を指す。
- 実熱証：陽熱の邪が人体を侵襲することによって、引き起こされる熱証。臓腑の陽気亢盛によって生じる熱証。

• (3) 表実証と表虚証

証型		病因	症状	治法（方劑）
表実証	傷寒表実	寒邪が肌表を侵襲する。	無汗、悪寒発熱、頭項強痛、身体痛、脈浮緊、 寒邪 （収引の性質）により腠理が閉じる	発汗解表（麻黄湯）
	中風表虚	風邪が肌表を侵襲する。	発汗、悪風発熱、頭身痛、脈浮緩 風邪（開泄の性質）により腠理が緩む	調和営衛（桂枝湯）
表虚証	衛表不固	肺脾气虚により衛気の固摂作用が失調し外邪の侵襲を受けやすくなる。	自汗、畏寒、風邪が引きやすい + 肺脾气虚の症状 衛気の不足により、固摂機能が失調する	益気固表（玉屏風散）



ご清聴ありがとうございました！